ASPTT Strasbourg Triathlon

Livret Ecole de Triathlon (6/19ans)

2026/2027

En Chiffre:

ASPTT STRASBOURG TRIATHLON

47 jeunes licenciés en 2025/2026

LABELLISATIONS : **Ecole de Triathlon 2 étoiles + Structure d'Accession Grand Est**

15 créneaux d'entrainements

6 à 19 ans - Débutant, loisir, performance

NOUS REJOINDRE

Anciens licenciés	Nouveaux licenciés
Mardi 1er septembre : reprise des entraînements et ouverture des inscriptions en ligne pour le renouvellement de licence 2027 (jusqu'à novembre)	**Créer un PASS CLUB** (20e pour un **essai 1 mois**). Le faire démarrer au premier jour de test. Infos sur notre site rubrique "nous rejoindre". **Ou** prise de licence.
Lundi 7 septembre : Réunion de rentrée 18h30 / 19h15 à la TIR. Entraînement natation 19h30 / 20h15	**Mercredi 02 septembre** : Porte ouverte "Animathlon". VTT, casque, baskets. 17h15 à 19h30 au stade d'athlétisme de Hautepierre.
	Lundi 7 septembre : Réunion de rentrée 18h30 / 19h15 à la TIR. Entraînement natation 19h30 / 20h15 pour définir les groupes de niveaux.

PLANNING

ASPTT STRASBOURG TRIATHLON

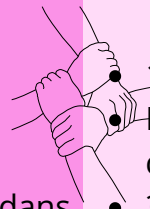
SAISON 2026 - 2027	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Samedi
12:00			G. EN HERBE (6/8ans) **Natation aisance aquatique** (selon effectif à la rentrée) 12h30 - 13h30 Piscine de Hautepierre		G. AGEP (+14ans) **Natation** 12h45 - 14h15 Piscine de Hautepierre
13:00					
14:00			G. EN HERBE (6/10ans) **Vtt** 14h15 - 15h45 Piscine de Hautepierre		G. AGEP (+14ans) **Vélo de route / Vtt** 14h30 - 16h30 Piscine de Hautepierre G. RELEVE (14/19ans) **Vélo de route / Vtt** 14h30 - 16h30 Piscine de Hautepierre G. AVENIR (10/13ans) **Vélo de route / Vtt** 14h30 - 16h30 Piscine de Hautepierre
15:00					
16:00					
17:00					
18:00	G. Accession Grand Est Performance (+14ans) **Natation** 18h45 - 20h15 Piscine de Hautepierre G. RELEVE (14/19ans) **Natation** 18h45 - 20h15 Piscine de Hautepierre G. AVENIR (10/13ans) **Natation** 18h45 - 20h00 Piscine de Hautepierre G. EN HERBE (8/10ans) **Natation** nageurs débutants (selon effectif à la rentrée) 18h45 - 20h00 Piscine de Hautepierre	G. AGEP (+14ans) **Course à pied** 18h30 - 20h00 Stade d'athlétisme de Hautepierre G. RELEVE (14/19ans) **Course à pied** 18h30 - 20h00 Stade d'athlétisme de Hautepierre G. AVENIR (10/13ans) **Course à pied** 18h30 - 20h00 Stade d'athlétisme de Hautepierre G. EN HERBE (6/10ans) **Course à pied** 18h30 - 20h00 Stade d'athlétisme de Hautepierre	G. AGEP (+14ans) **Musculation** 18h00 - 19h00 ASPTT gymnase omnisport 6 chemin long	G. AGEP (+14ans) **Natation** 18h45 - 20h15 Piscine de Hautepierre G. RELEVE (14/19ans) **Natation** 18h45 - 20h15 Piscine de Hautepierre G. AVENIR (10/13ans) **Natation** 18h45 - 20h00 Piscine de Hautepierre	
19:00					
20:00			G. AGEP (+14ans) **Natation** 19h40 - 21h Piscine de Hautepierre G. RELEVE (14/19ans) **Natation** 19h40 - 21h Piscine de Hautepierre		

Gröupes de niveau

ASPTT STRASBOURG TRIATHLON

G. Accession Grand Est (AGEP) :

- 14/19 ans (et +)
- Projet sportif = engagement fort dans la discipline, championnats de France
- Régularité à **tous** les entraînements **et** stages
- Compétitions CRJ obligatoires (3 qualifs, Grand Est Tri, Class Tri)



G. Relève :

- 14/19 ans
- Pratique loisir à compétition
- 3 à 5 entraînements / semaine
- S'entraînent en GROUPE ! avec les AGEP

G. Avenir :

- 10/13 ans
- Pratique loisir à compétition
- 3 à 4 entraînements / semaine

G. En Herbe:

- 6/10 ans
- Pratique loisir à compétition
- 1 seul entraînement dans chaque discipline

Les âges ne disent pas tout des groupes et du nombre d'entraînements auxquels accéder. Nous conseillons d'augmenter progressivement au fil des années et en fonction du niveau du jeune, le nombre d'entraînements. Tout ceci est défini entre coach/jeune/parent.

L'EFT : Qu’est ce que c’est ?

ASPTT STRASBOURG TRIATHLON

Développée par la FFTRI, l’Ecole Française de Triathlon (EFT) est une démarche d’enseignement destinée en priorité aux enfants âgés de 6 à 13 ans.
Cette démarche prend en compte les spécificités de la discipline et s’adapte à l’âge de l’enfant. Elle permet aux jeunes d’apprendre et de progresser en s’amusant.
Encadrée et suivie par des bénévoles et salarié qualifiés (Brevets Fédéraux et DEJEPS Triathlon)



Bracelets par niveau



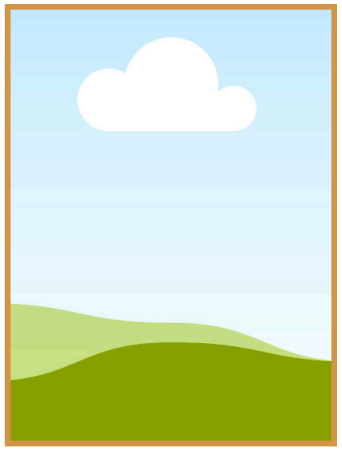
Suivi de la progression

Compétences

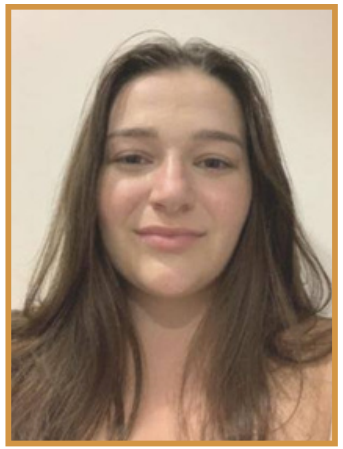
Gage de qualité d’encadrement

ÉCOLE FRANÇAISE DE TRIATHLON

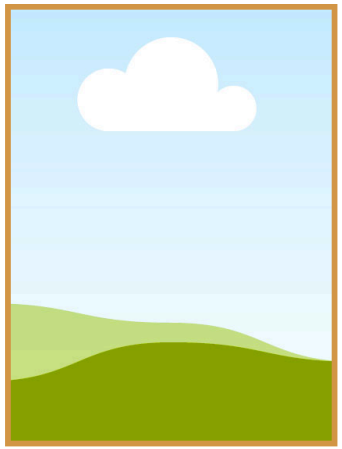
LES COACHS



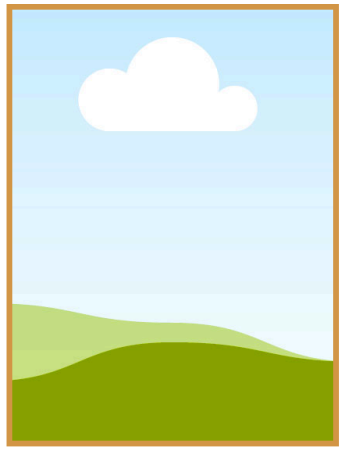
Jerome



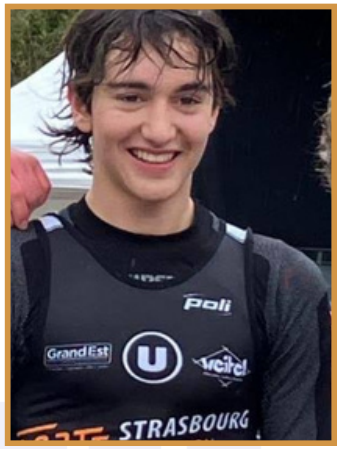
Maeva



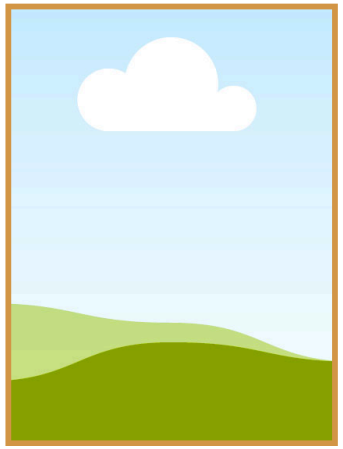
Gael



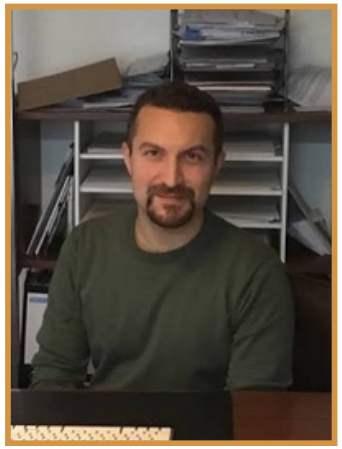
Jim



Louis



Zineb



Nicolas

Responsable coordination



Gabriel

Compétitions

ASPTT STRASBOURG TRIATHLON

Challenge Régional Jeune : Dès 11 ans (Benjamin 1)

- 5 à 8 courses de mars à septembre (class tri, 1/2, France, GE, etc..)
- Coach présent, logistique club, etc..
- Présence souhaitée d'un maximum
- Sondages à remplir

D'autres courses locales/régionales tout âge

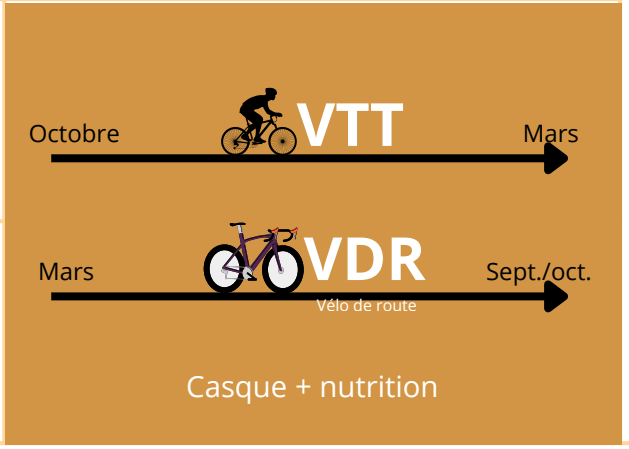
- Calendrier en ligne **à vous noter** sur le site de la Ligue Grand Est
- Inscriptions libres

Fonctionnement

ASPTT STRASBOURG TRIATHLON

	Qualifications en championnat de France	Championnat de France
Inscription	Réalisée et payée par les parents	Réalisée et payée par le club
Déplacement	Voitures et portes vélos parents	Voitures et portes vélos parents
	Déduction fiscale des km et péages	Déduction fiscale des km et péages
	Location minibus au besoin	Location minibus au besoin
Hébergement	Si logement justifié (lieu éloigné, horaires), prise en charge par le club plafonnée à 50e par jeune/nuit avec petit déjeuner.	Prise en charge par le club plafonnée à 50e par jeune/nuit avec petit déjeuner.
Repas	Charge aux familles	Pris en charge par le club pour le jeune

Matériel

	Natation	Vélo	Course à pied
G.en Herbe (6/10ans)	maillot de bain, bonnet de bain (fournis par le club), lunettes	VTT + **Casque** + nutrition	Chaussures de course à pied adaptées
G. Avenir (10/13ans)	maillot de bain, bonnet de bain, lunettes, tuba, palmes, plaquettes finger selon niveau		
G. Relève et AGEP (14/19ans)	maillot de bain, bonnet de bain, lunettes, tuba, palmes, plaquettes finger		

ZOOM vélo

- L'idéal = 1vtt et 1 vélo de route (leboncoin, revente club, Troc vélo, reconditionné, etc..)
- Alternative = vélo gravel avec deux paires de roues (gravel et route). Exemple marque idéale : FROG

Communication

- Application portable **Epeak** :
  - Créer un compte une fois les démarches de licences effectuées. Lien et code d'accès envoyé par la responsable licence.
  - Un seul compte parent par jeune / famille avec nom(s) et prenom(s) de(des) l'enfant(s). Si le jeune est autonome, alors pas de compte parent.

- **Mails** :
  - gabriel.hache@aspttstrasbourgtriathlon.com
  - Autres des membres du comité.

Cohésion et stages

ASPTT STRASBOURG TRIATHLON

2026 - 2027	Week end cohésion	Stage Toussaint	Stage d'Hiver	Stage de Paques	Stage cohésion camping
Quand ?	Entre septembre et octobre	lundi 26 au samedi 31 octobre 2026	6 jours entre le 22 février et le 06 mars 2027	6 jours entre le 19 avril et le 02 mai 2027	2 à 3 jours sur le 1er ou 2ème week-end de juillet 2027
Ou ?	Bas-Rhin	3 jours à Strasbourg + 3 jours en pension complète dans les Vosges	Strasbourg	Lieu à définir	Etang de Hanau (ou autre)
Qui ?	6 / 19 ans	12 / 19 ans	12 / 19 ans	12 / 19 ans	10 / 19 ans

- Pas d'entraînements pendant les vacances scolaires sauf les stages et exceptions
- D'autres stages externes au club en pension complète : Triat'Academy sur juillet /août, stage CD67, stage ligue Grand Est sur sélection.
- Séances cohésion, repas club, goûters, etc.. qui ponctuent l'année.





Bonne saison sportive !







CONTACT

Coordonnateur entraînements jeunes :

gabriel.hache@aspttstrasbourgtriathlon.com / 06 13 01 27 19

Responsable Licence / Pass Club : **licence@aspttstrasbourgtriathlon.com**